



T.C.
MUŞ ALPARSLAN ÜNİVERSİTESİ
EKİM AYI YEMEK LİSTESİ

19.10.2026 Pazartesi	20.10.2026 Salı	21.10.2026 Çarşamba	22.10.2026 Perşembe	23.10.2026 Cuma
<i>Karışık Musakka (330 kal)</i>	<i>Etli Kuru Fasulye (330 kal)</i>	<i>Et Dalyan (380 kal)</i>	<i>Etli Güveç (320 kal)</i>	<i>Et Sote (340 kal)</i>
<i>Tavuk Kanat (350 kal)</i>	<i>Tavuk Pirzola (370 kal)</i>	<i>Fırında Sebzeli Tavuk Fileto (350 kal)</i>	<i>Sebzeli Tavuk But (350 kal)</i>	<i>Tava Çupra (400 kal)</i>
<i>Bulgur Pilavı (230 kal)</i>	<i>Pirinç Pilavı (300 kal)</i>	<i>Soslu Makarna (240 kal)</i>	<i>Pirinç Pilavı (300 kal)</i>	<i>Sebzeli Bulgur Pilavı (230 kal)</i>
<i>Süzme Mercimek Çorbası (130 kal)</i>	<i>Düğün Çorbası (180 kal)</i>	<i>Şehriye Çorbası (180 kal)</i>	<i>Lebeniye Çorbası (180 kal)</i>	<i>Ezogelin Çorbası (130 kal)</i>
<i>Tulumba Tatlısı (400 kal)</i>	<i>Turşu</i>	<i>Meyve (90 kal)</i>	<i>Ayran (80 kal)</i>	<i>İrmik Helvası (200 kal)</i>

*Ana yemek seçmelidir. Ana yemekler eşit oranda çıkmaktadır. Gluten hassasiyeti olan öğrenci ve personelimize yönelik menü çıkarılmaktadır. Bilgi için a.duman@alparslan.edu.tr . **Tava Çupra**da balığın kılçığından dolayı dikkatli tüketilmesi önerilmektedir.

***Menü içerik ve alerjen bilgileri aşağıda yer almaktadır.** Soru, görüş ve önerileriniz için sks@alparslan.edu.tr ile iletişime geçebilirsiniz.

Menü İçerik ve Alerjen Bilgileri

Pazartesi	Salı	Çarşamba	Perşembe	Cuma
Karışık Musakka Dana eti (Kıyma) Patates Patlıcan Havuç Domates Domates Salçası Yeşil biber Tuz Ayçiçek Yağı	Etli Kuru Fasulye Dana eti Kuru fasulye Yeşil biber Domates Domates Salçası Un (!)(Gluten içerir) Ayçiçek yağı Tuz	Et Dalyan Dana eti (Kıyma) Domates Salçası Ekmek içi (!)(Gluten içerir) Domates Yeşil biber Tuz Patates Ayçiçek Yağı	Etli Güveç Dana eti Domates Patlıcan Kaşar Peyniri (!) (Süt ve süt ürünleri) Ayçiçek yağı Tuz	Et Sote Dana eti Domates Yeşil Biber Un (!)(Gluten içerir) Ayçiçek yağı Tuz
Tavuk Kanat Tavuk kanat Yoğurt (!) (Süt ve süt ürünleri) Domates Patates Yeşil biber Ayçiçek yağı Tuz	Tavuk Pirzola Tavuk pirzola Yoğurt (!) (Süt ve süt ürünleri) Domates Patates Yeşil biber Ayçiçek yağı Tuz	Fırında Sebzeli Tavuk Fileto Tavuk bonfile Yoğurt (!) (Süt ve süt ürünleri) Domates Patates Yeşil biber Ayçiçek yağı Tuz	Sebzeli Tavuk But Tavuk but Yoğurt (!) (Süt ve süt ürünleri) Patates Biber Domates Ayçiçek yağı Tuz	Tava Çupra Çupra Balığı (!) Balık ve Balık Ürünleri Mısır Unu Un (!)(Gluten içerir) Ayçiçek yağı Tuz
Bulgur Pilavı Bulgur (!)(Gluten içerir) Yeşil biber Domates Ayçiçek yağı Domates Salçası Karabiber Tuz	Pirinç Pilavı Pirinç Şehriye (!)(Gluten içerir) Ayçiçek Yağı Tuz	Soslu Makarna Makarna (!)(Gluten içerir) Domates Salçası Ayçiçek Yağı Tuz	Pirinç Pilavı Pirinç Şehriye(!)(Gluten içerir) Ayçiçek yağı Tuz	Bulgur Pilavı Bulgur (!)(Gluten içerir) Yeşil biber Domates Ayçiçek yağı Domates Salçası Karabiber Tuz

Suzme Mercimek Çorbası Kırmızı mercimek Soğan Salça Un (!)(Gluten içerir) Ayçiçek yağı Tuz	Dugun Çorbası Dana eti (kıyma) Buğday (!)(Gluten içerir) Yoğurt (!) (Süt ve süt ürünleri) Un (!)(Gluten içerir) Tuz Ayçiçek yağı	Şehriye Çorbası Tavuk fileto Tel şehriye (!)(Gluten içerir) Domates salçası Un (!)(Gluten içerir) Ayçiçek yağı Tuz	Lebeniye Çorbası Buğday (!)(Gluten içerir) Domates Domates salçası Un (!)(Gluten içerir) Ayçiçek yağı Tuz	Ezogelin Çorbası Kırmızı mercimek Un (!)(Gluten içerir) Pirinç Bulgur (!)(Gluten içerir) Domates Salçası Kırmızı biber Nane Soğan Ayçiçek yağı
Tulumba Tatlısı Un (!)(Gluten içerir) Şeker Ayçiçek Yağı Şeker Tereyağı (!) (Süt ve süt ürünleri) Yumurta (!) İrmik (!)(Gluten içerir) Limon	Turşu	Meyve	Ayran	İrmik Helvası İrmik (!)(Gluten içerir) Ayçiçek yağı Şeker Fındık Kuş üzümü

GIDA ALERJİNİZ VAR MI? EN ÖNEMLİ 14 ALERJEN!!!

**GIDA ALERJİNİZ VARSA
SİPARİŞ VERMEDEN ÖNCE
BİLGİ İSTEYİNİZ!!!**

1



Gluten içeren
tahıllar ve
bunların ürünleri

2



Kabuklular (Crustacea)
ve bunların ürünleri

3



Yumurta ve yumurta
ürünleri

4



Süt ve süt ürünleri

5



Balık ve balık
ürünleri

6



Hardal ve hardal
ürünleri

7



Yerfıstığı ve yerfıstığı
ürünleri

8



Soya fasulyesi
ve soya fasulyesi
ürünleri

9



Kereviz ve kereviz
ürünleri

10



Acı bakla ve acı bakla
ürünleri

11



Sert kabuklu meyveler
ve bunların ürünleri

12



Kükürt dioksit ve
sülfidler

13



Yumuşakçalar
ve ürünleri

14



Susam tohumu
ve susam tohumu
ürünleri